



Iris Weishaupt, Prof. Dr. med. Kirsten Steinhausen, Prof. Dr. Christian Weidmann, Prof. Dr. Christophe Kunze, Fabienne Räther, Markus Näther, Jennifer Mages-Torluoglu

Beitragstitel: Entwicklung einer digitalen Gesundheitsintervention für Arbeitslose

Hintergrund:

Langzeitarbeitslose Menschen haben zumeist einen schlechteren Gesundheitszustand und zeigen risikoreichere gesundheitsbezogene Verhaltensweisen als der Rest der Bevölkerung. Zudem verfügen sie häufig nur über begrenzte finanzielle Mittel, sind von sozialem Ausschluss und einer höheren Morbiditätsrate betroffen (Hollederer 2011, Kroll & Lampert 2012; Herbig et. al 2013; Holleederer und Voigtländer 2016). Da es nur wenige spezifische Ansätze hierzu gibt, zielt das BMBF- geförderte Forschungsprojekt *eLan* (eHealth-Lösungen zur Förderung des Ernährungs- und Bewegungsverhaltens von ALG-II-Leistungsbeziehern in ländlichen Räumen) darauf ab, mit einer digitalen Gesundheitsintervention das Ernährungs- und Bewegungsverhalten positiv zu beeinflussen.

Methode:

Das Vorhaben orientiert sich an den Phasen des Intervention-Mapping-Ansatzes und nutzt qualitative Interviews, partizipative Entwicklungsansätze und ein randomisiertes kontrolliertes Studiendesign. Das Transtheoretische Modell der Verhaltensänderung sowie die Sozial-kognitive Theorie bilden die Basis der Interventionsentwicklung. Ergänzend wurden einige Techniken der Verhaltensänderung herangezogen. Hieraus ließen sich mehrere Interventionsbausteine entwickeln, die sowohl bewegungs- und ernährungs- als auch lebenslagenbezogen sind. Die Umsetzung erfolgt mit Hilfe der Open-Source Interventionsplattform Mobile-Coach (MobileCoach 2022). Mobile-Coach eröffnet die Möglichkeit, über einen digitalen Coach mit den Studienteilnehmern zu kommunizieren. In diesem Rahmen können Text-basierte Coaching Nachrichten oder auch Bilder und Videos vermittelt werden. Begleitet wird die neun-wöchige digitale Gesundheitsintervention durch vier Präsenzveranstaltungen mit unterschiedlichen Themenschwerpunkten in den Bereichen Bewegung und Ernährung.

Ergebnisse:

Im Rahmen der Bedarfsanalyse (qualitative Interviews mit Experten und Arbeitslosen) wurde der zielgruppenspezifische Bedarf verdeutlicht. Auf dieser Grundlage wurden die Ziele und Ansätze der Intervention festgelegt, die in einen kombinierten Ansatz münden: Mobile Applikation mit Präsenzworkshops. Im Rahmen eines Pretests konnten erste Ergebnisse über Chancen und Herausforderungen vorgelegt werden. Diese konnten im Anschluss angepasst und umgesetzt werden. Anschließend erfolgt eine Wirksamkeitsprüfung in Form einer randomisiert kontrollierten Studie (RCT) sowie die Entwicklung von Implementierungsmaßnahmen.

Diskussionsbeitrag:

In der Zielgruppe besteht ein hoher Bedarf an niedrighschwelligen Interventionen. Aufgrund der schlechten Erreichbarkeit im ländlichen Raum wird hier eine digitale Intervention als sehr sinnvoll gesehen, was durch die Situation der Corona-Pandemie verstärkt wird. Es wird jedoch vermutet, dass eine digitale Intervention vor allem in Kombination mit klassischen Kursangeboten erfolgreich ist. Dies wird im weiteren Verlauf der Studie untersucht.

Literatur- und Quellenangaben:

Hollederer, Alfons (2017): *Literatur- und Datenbankrecherche zu Gesundheitsförderungsprojekten bei arbeitslosen Menschen und Auswertung der vorliegenden Evidenz. Ergebnisbericht.* Hg. v. GKV-Spitzenverband. Berlin.

Herbig, Britta.; Dragano, Nico.; Angerer, Peter. (2013): *Health in the long-term unemployed.* Dtsch Arztebl Int 2013; 110(23–24): 413–9. DOI: 10.3238/arztebl.2013.0413.

Kroll, L.E.; Lampert, Thomas. (2012): *Arbeitslosigkeit, prekäre Beschäftigung und Gesundheit* Hrsg. Robert Koch-Institut Berlin, GBE kompakt 3(1) www.rki.de/gbe-kompakt

Hollederer, Alfons.; Voigtländer, Sven. (2016): *Die Gesundheit von Arbeitslosen und die Effekte auf die Arbeitsmarktintegration: Ergebnisse im Panel Arbeitsmarkt und soziale Sicherung (PASS), Erhebungswellen 3 bis 7 (2008/09-2013).* In: Bundesgesundheitsblatt, Gesundheitsforschung, Gesundheitsschutz 59 (5), S. 652–661. DOI: 10.1007/s00103-016-2341-8.

MobileCoach (2022): *MobileCoach. The Open Source Digital Intervention Platform.* Online verfügbar unter: *MobileCoach: URL: <https://www.mobile-coach.eu/>*

Kontakt

Iris Weishaupt (M.A.)
Projektmitarbeiterin eLan

Hochschule Furtwangen/Furtwangen University
Fakultät Gesundheit, Sicherheit, Gesellschaft
Studiengang Angewandte Gesundheitswissenschaften
Robert-Gerwig-Platz 1
78120 Furtwangen
Tel. +49 7723-920-2985
Iris.weishaupt@hs-furtwangen.de
www.furtwangen-university.de

„eHealth-Lösungen zur Förderung des Ernährungs- und Bewegungsverhaltens von ALG-II-Leistungsbeziehern in ländlichen Räumen“

GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung

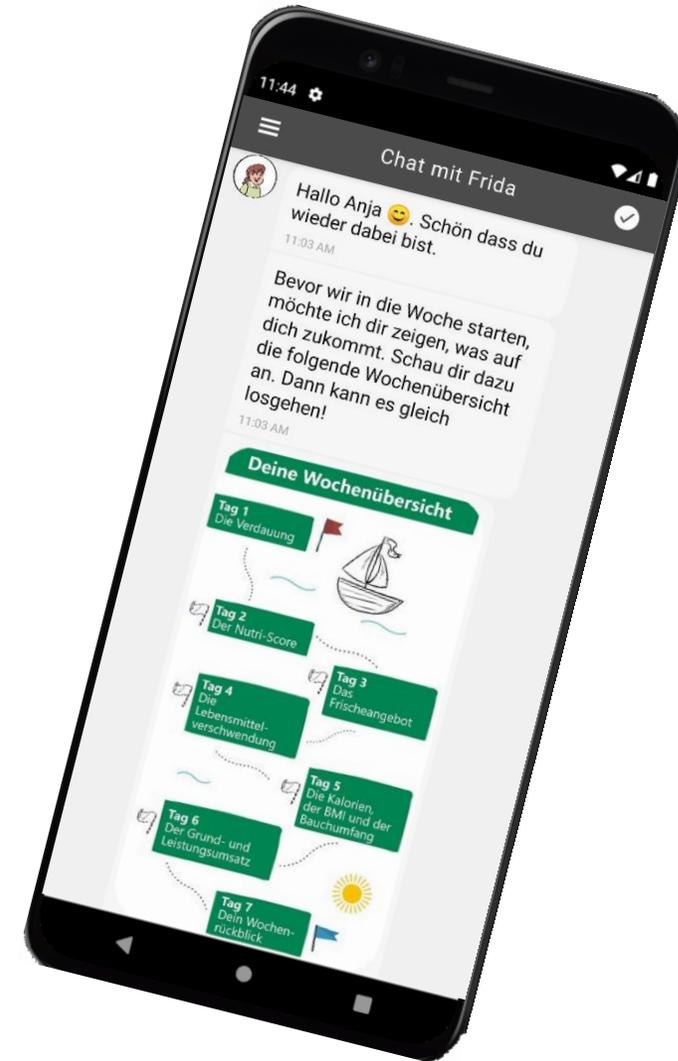
Hochschule Fulda
University of Applied Sciences



Baden-Württemberg
MINISTERIUM FÜR ERNÄHRUNG, LÄNDLICHEN RAUM
UND VERBRAUCHERSCHUTZ

Agenda

- Forschungsprojekt eLan
 - Methodisches Vorgehen
 - Vorstellung der eLan App
 - Wirksamkeitsprüfung
- Diskussion, Fragen und Anregungen



Hintergrund

- Das Projekt eLan wird vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) gefördert
- Projektzeitraum 30.6.2019 bis 30.5.2022
- Projektpartner



Hochschule Fulda
University of Applied Sciences



GEFÖRDERT VOM



Eric Gutermann

Prof. Dr. Christian
Weidmann

Prof. Dr. Kirsten
Steinhausen

Jennifer Mages-
Torluoglu

Team
eLan

Prof. Dr. Christophe
Kunze

Iris Weishaupt

Anja Bailer

- **Langzeitarbeitslose** haben nicht nur ungleiche soziale Lebensvoraussetzungen, auch gravierende **Unterschiede** in der **Gesundheit** sind bestehend.
 - Das Risiko **sportlich inaktiv** zu sein, ist bei Arbeitslosen ungefähr **doppelt** so hoch als bei Erwerbstätigen.
 - Der konkrete Entwicklungsprozess von digitalen Gesundheitsinterventionen ist sehr **komplex** und zumeist eher **undurchsichtig**.
- Die **Zielgruppe** der **Langzeitarbeitslosen** ist sehr **heterogen und individuell** zu betrachten, weshalb die Entwicklung einer digitalen Intervention **maßgeschneidert** auf die **Bedürfnisse** und Wünsche der Nutzer angepasst werden muss.

Welche Hauptziele verfolgt das Projekt?

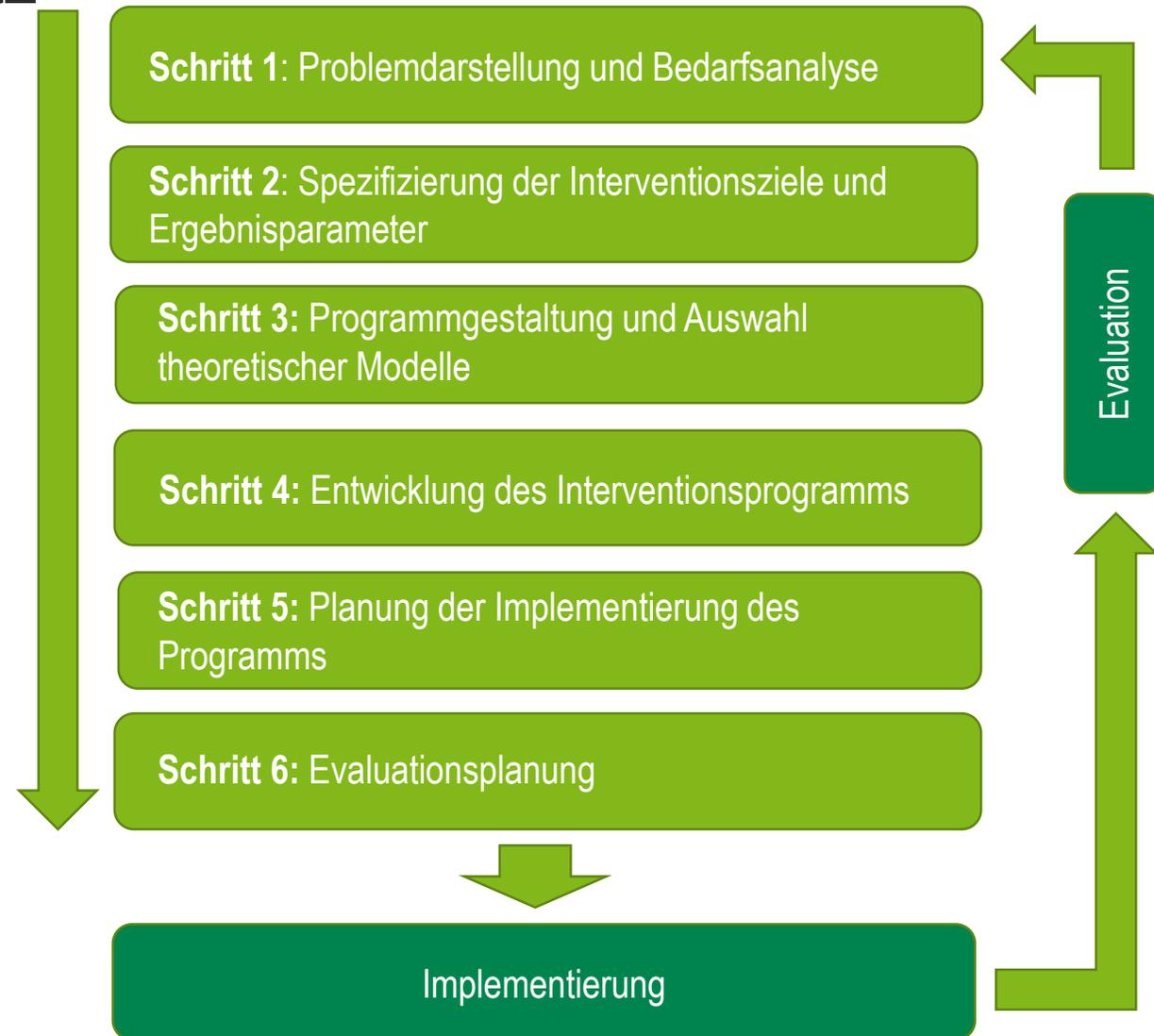
- **Bedarfserhebung** in der Lebens(ess- und bewegungs-)wirklichkeit von Langzeitarbeitslosen.
- Entwicklung von **Handlungsempfehlungen zur Gesundheitsförderung** bei Langzeitarbeitslosen.
- Entwicklung und Evaluation einer maßgeschneiderten **digitalen Gesundheitsintervention** zur Verhaltensänderung im Bereich **Ernährung und Bewegung**.

Methodisches Vorgehen

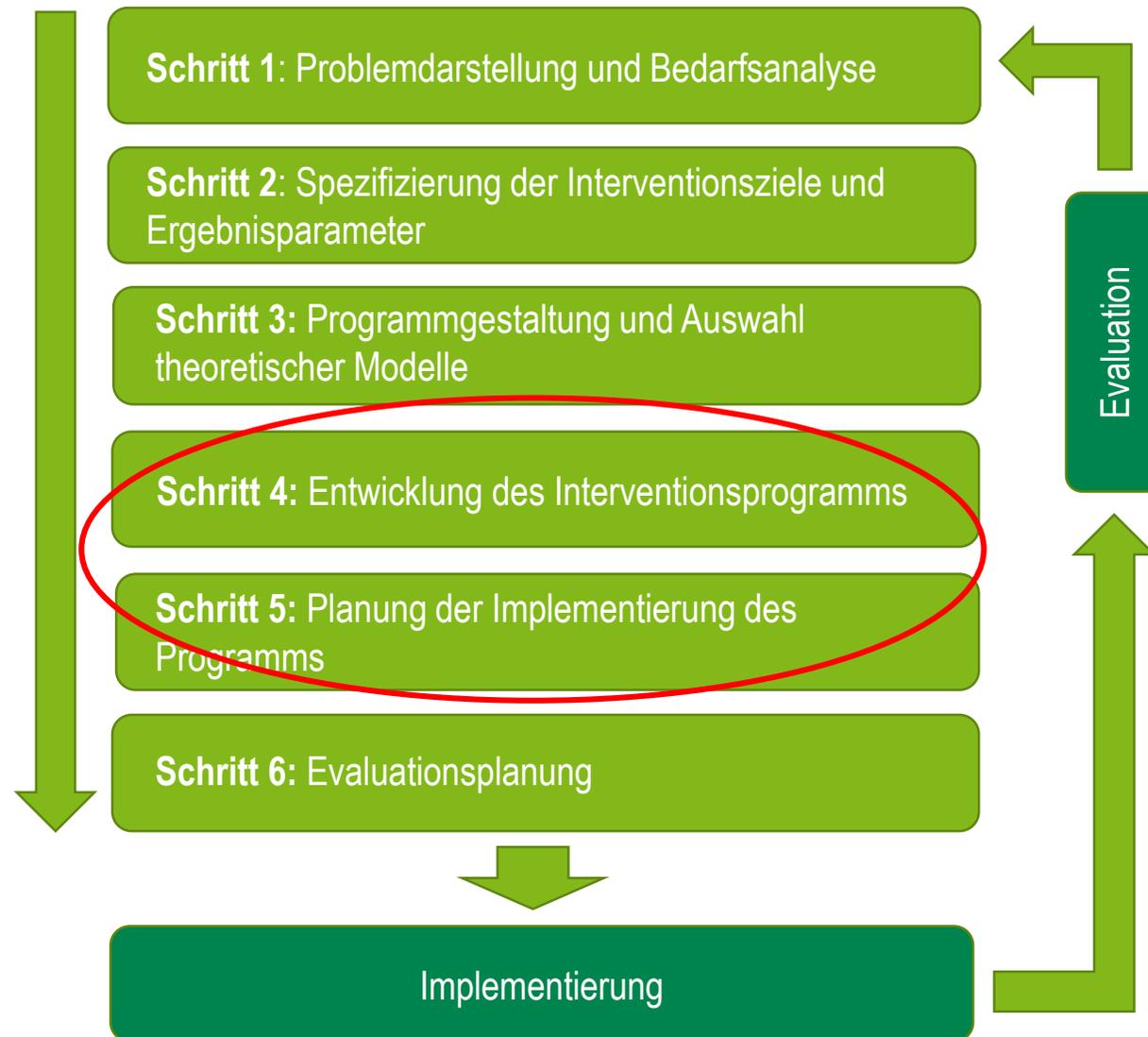
Methodisches Vorgehen – Intervention Mapping Ansatz

➤ Sechs Projektphasen:

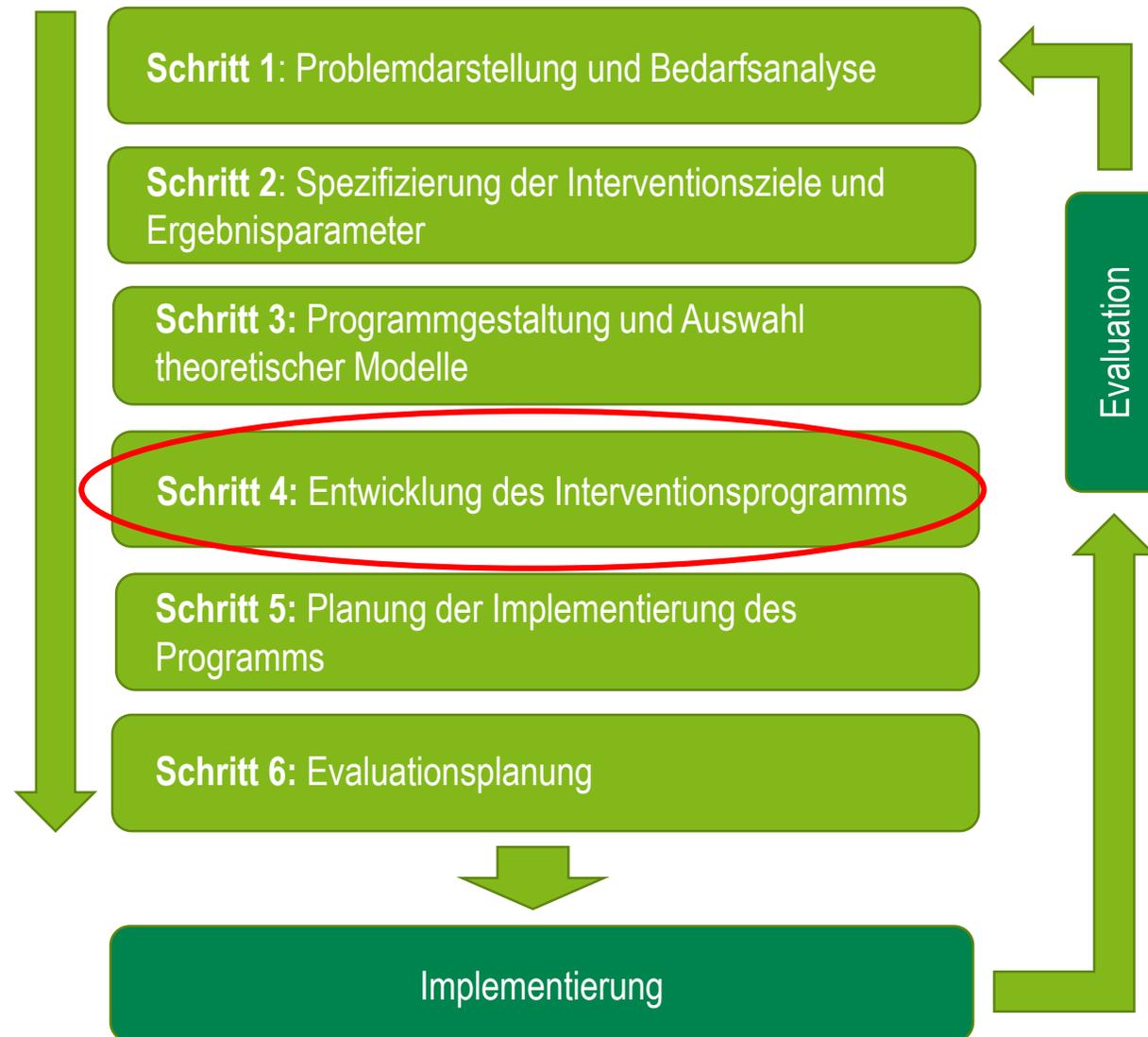
- Theoriegeleitete und evidenzbasierte Entwicklung von Gesundheitsförderungsmaßnahmen
- Der IMA ist ein iterativer Prozess, welcher ganz oder auch nur in Teilen durchlaufen werden kann.

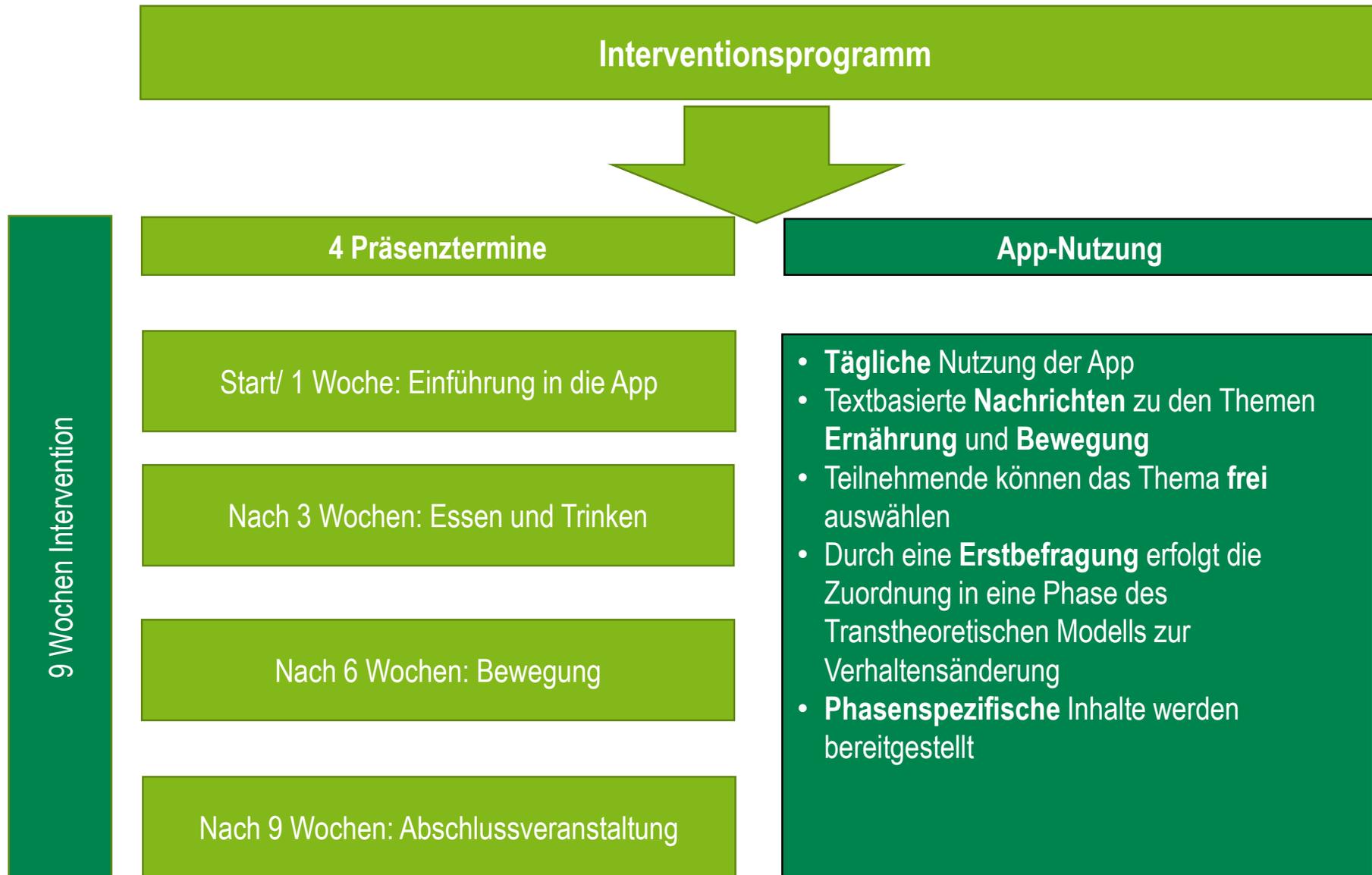


Methodisches Vorgehen: Umsetzung



Methodisches Vorgehen: Umsetzung

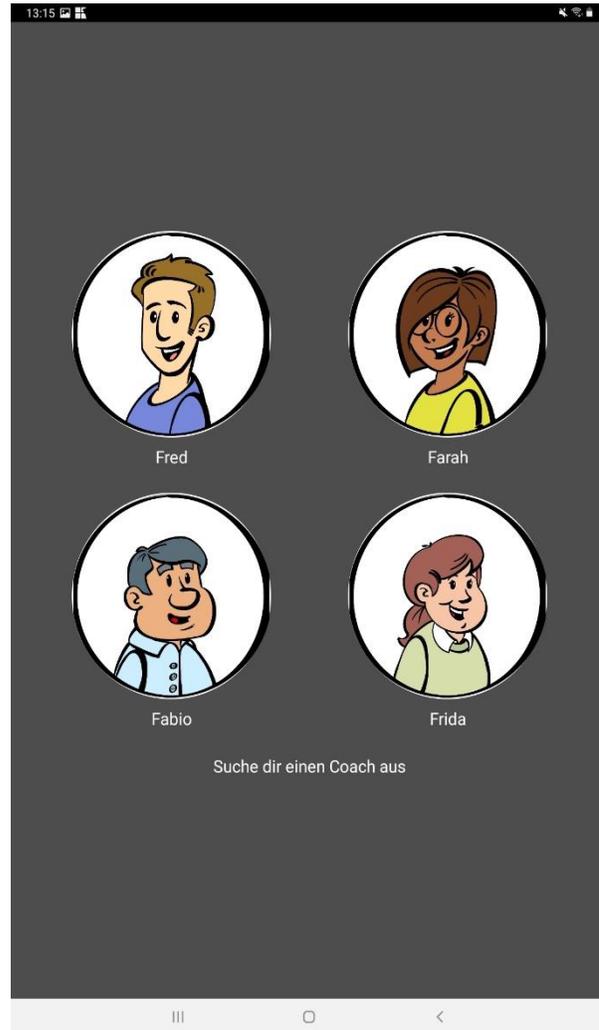




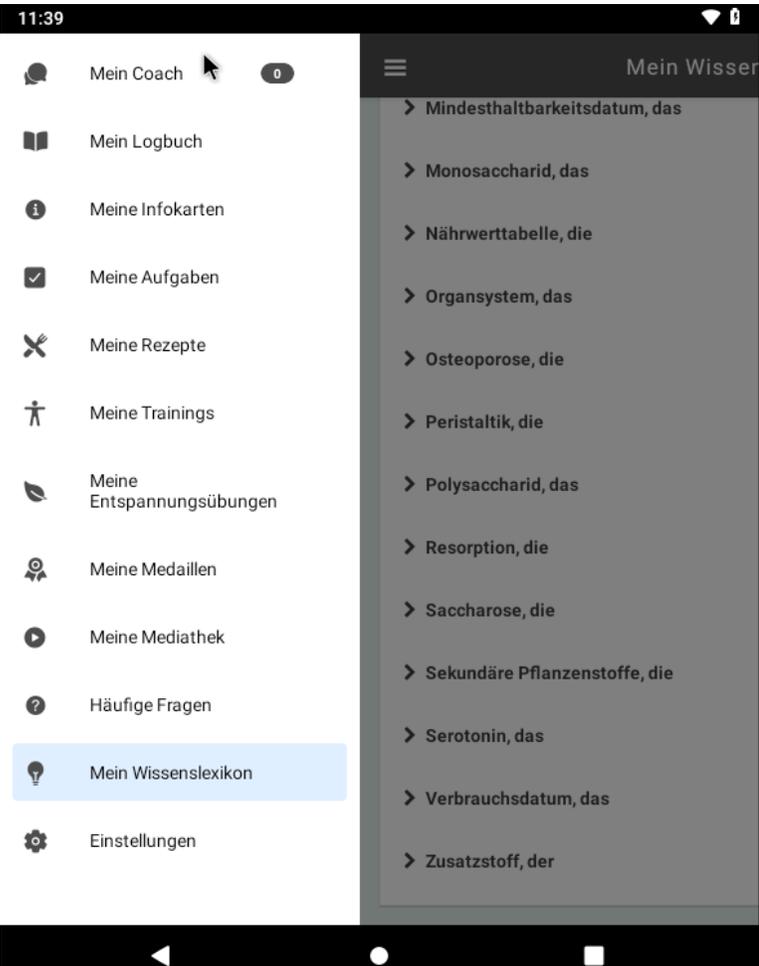
Vorstellung der eLan App



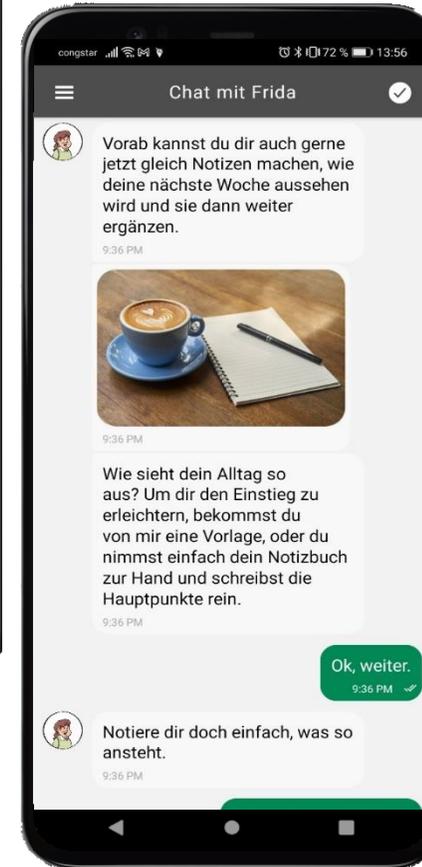
Coaches



Menü und Chatbereich der App



Virtueller Coach





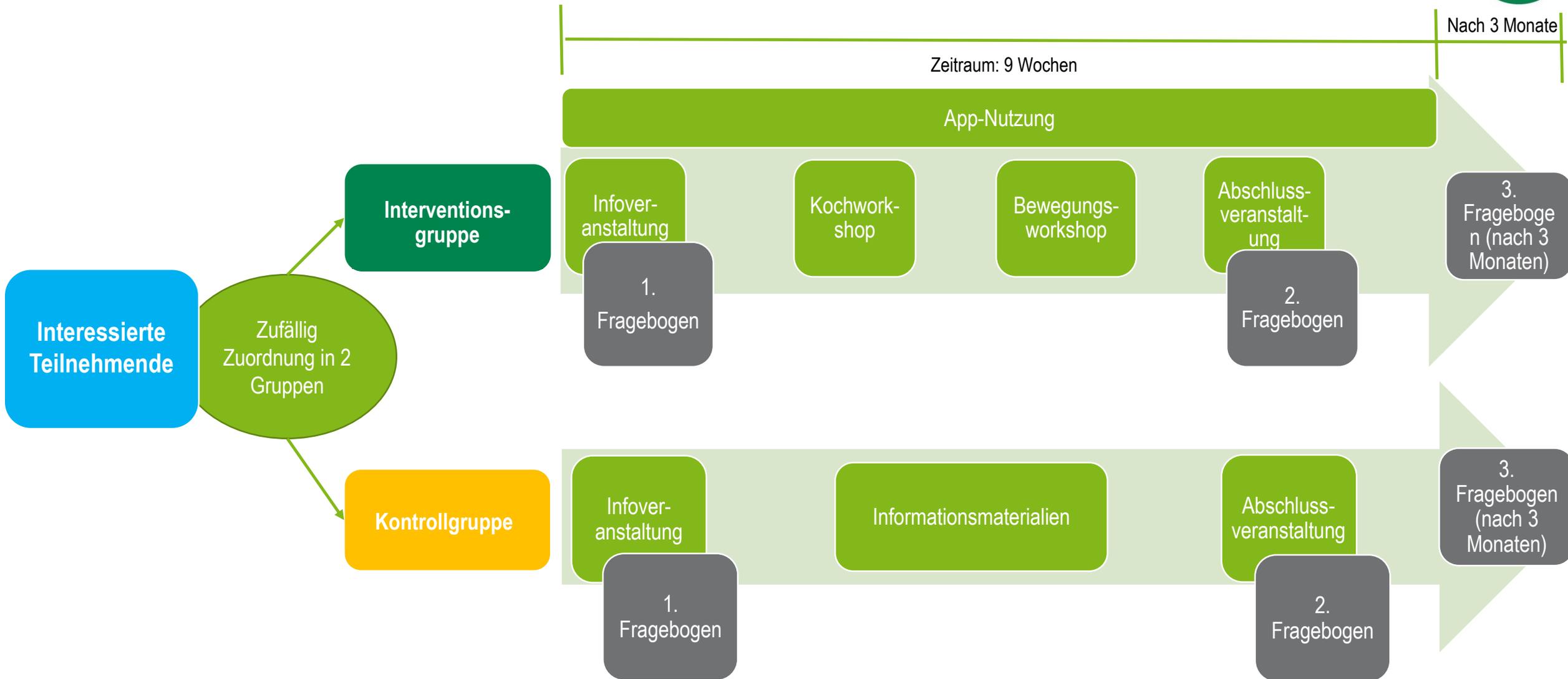
Kleinere Aufgaben und Gedanken können hier bearbeitet bzw. notiert werden.

Welchen Nutzen haben die Teilnehmenden?

- Eine speziell für sie entwickelte Gesundheits-App.
- Die Gesundheits-App kann kostenlos genutzt werden.
- Viele spannende Themen zu den Themen Ernährung und Bewegung.
- Individuelle Inhalte, je nach Wissensstand und Interessen.
- Gemeinschaft erleben.

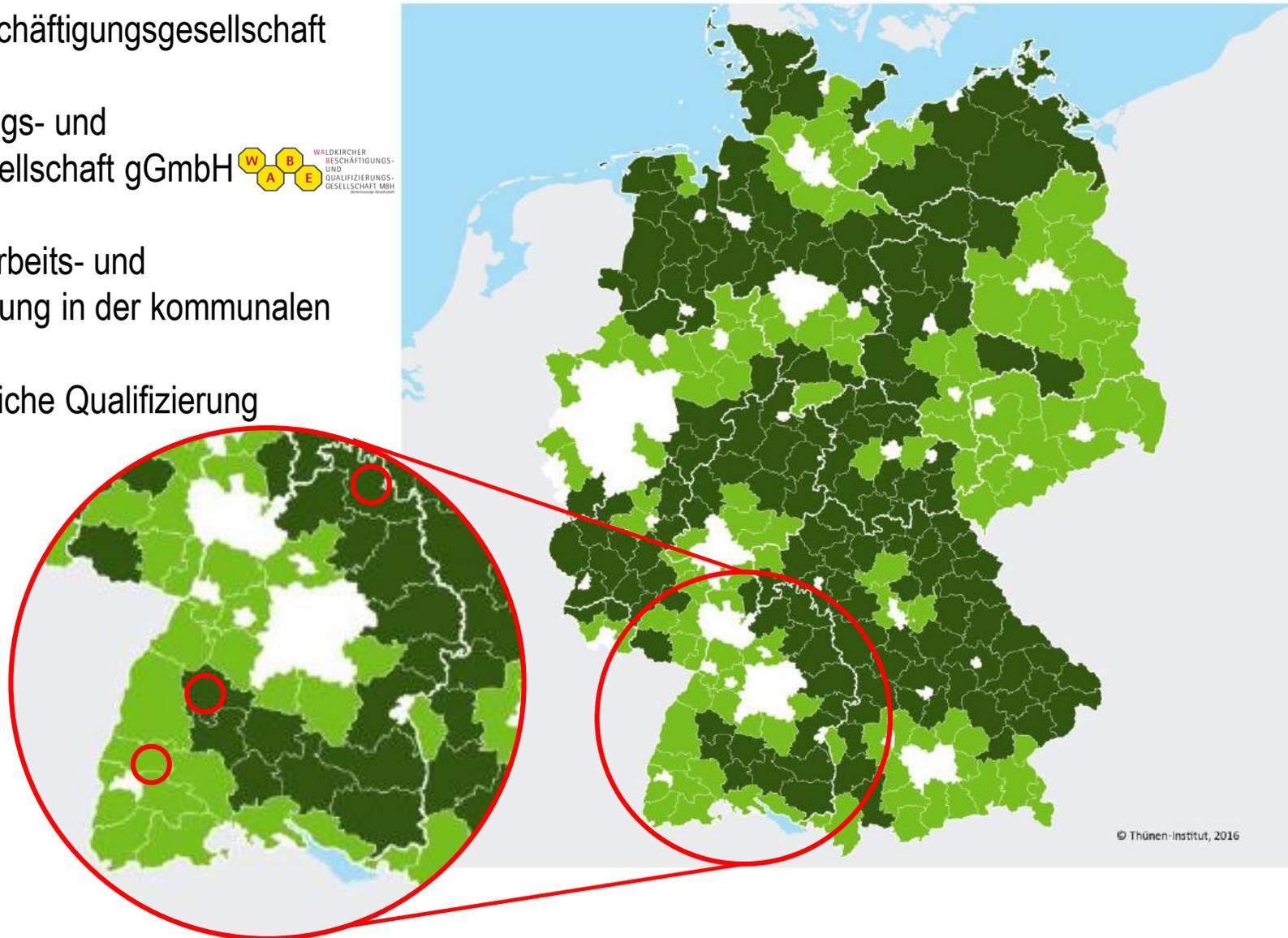
Wirksamkeitsprüfung

Wirksamkeitsprüfung: Randomisierte kontrollierte Studie



Rekrutierung

- Bildungs- und Beschäftigungsgesellschaft mbH
- Waldkircher Bildungs- und Qualifizierungsgesellschaft gGmbH
- Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung in der kommunalen Lebenswelt
- Bildung und Berufliche Qualifizierung gGmbH (BBQ)
- etc.



Differenzierung der Kreisregionen anhand der Dimension Ländlichkeit

- sehr ländlich
- eher ländlich
- nicht-ländlich

Abgrenzung ländlicher Räume: Thünen-Institut für Ländliche Räume 2016
Kartographische Darstellung und Datenaufbereitung: Torsten Osligus / Dr. Stefan Neumeyer 2016.
Methodik: Dr. Patrick Köpper
Datengrundlage:
Erreichbarkeitsmodell des Thünen-Instituts für Ländliche Räume 2016
© Openstreetmap Mitwirkende
© BBSR Bonn 2013, Grundlage: LOCAL
© Nexiga GmbH 2013, ATKIS Basis DLM © BKG/GeoBasis-DE 2012
Gemeinden © GeoBasis-BKG, Stand 31.12.2015, Generalisierung BBSR
Statistische Ämter des Bundes und der Länder 2016
Laufende Raumbewertung des BBSR (INKAR-Daten) 2016
Zentrale Orte: BBSR 2016
GEOSTAT-Rasterdatensatz 2011

© Thünen-Institut, 2016

- Letzte Überarbeitung und Testung der Interventionsinhalte
- Öffentlichkeitsarbeit
- Rekrutierung von Teilnehmenden über:
 - Projektpartner
 - Jobcenter
 - ...

 Start der Wirksamkeitsstudie am 6.4.22

Der Einsatz einer digitalen Intervention in Kombination mit Präsenzangeboten stellt ein potentes Verfahren dar, um das Gesundheitsverhalten von Langzeitarbeitslosen zu verbessern.

Bundesministerium für Arbeit und Soziales (2017): Lebenslagen in Deutschland. Armuts- und Reichtumsberichterstattung der Bundesregierung. Der Fünfte Armuts- und Reichtumsbericht der Bundesregierung. Mitarbeit von Referat Information, Monitoring, Bürgerservice, Bibliothek. Hg. v. Bundesministerium für Arbeit und Soziales. Bonn

Holleder, A. (2021): Gesundheitsförderung und Arbeitslosigkeit. Hg. v. Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. Online verfügbar unter: <https://leitbegriffe.bzga.de/alphabetisches-verzeichnis/gesundheitsfoerderung-und-arbeitslosigkeit/> zuletzt geprüft am 20.02.2022

Kroll, L.E.; Müters, S.; Lampert, T. (2016): Arbeitslosigkeit und ihre Auswirkungen auf die Gesundheit. Ein Überblick zum Forschungsstand und zu aktuellen Daten der Studien GEDA 2010 und GEDA 2012. In: *Bundesgesundheitsblatt, Gesundheitsforschung, Gesundheitsschutz* 59 (2), S. 228–237. DOI: 10.1007/s00103-015-2282-7.

Mages-Torluoglu, J.; Kunze, C.; Weidmann, C.; Steinhausen, K.; Weishaupt, I. (2021): Digitalisierung in der Gesundheitsförderung bei arbeitslosen Menschen: eine Chance für den ländlichen Raum? In: Holleder, A. (Hg.): *Gesundheitsförderung bei Arbeitslosen*. Fachhochschulverlag Frankfurt a.M. Frankfurt am Main: Fachhochschulverlag Der Verlag für angewandte Wissenschaft.

Rossmann, C.; Krömer N. (2016): mHealth in der medizinischen Versorgung, Prävention und Gesundheitsförderung. In: Fischer, F.; Krämer, A. (Hrsg.): *eHealth in Deutschland*. Berlin, Heidelberg: Springer Berlin Heidelberg.

Vielen Dank!

